بيانات الأسـرة

NO :- ( )

اسـم الحـي: ..... اسم الأسرة: .....

نـوع الأسـرة: مستقلة ☐ مركبة ☐

عدد أفراد الأسـرة: ( ) ذكـور ( ) إنـاث ( )

الحالة الاقتصادية: جيـدة ☐ متوسطة ☐ بسيطة ☐

أفـراد الأسـرة:-

م	الاسم	العمر	الجنس	المهنة	مستوى التعليم
١					
٢					
٣					
٤					
٥					
٦					
٧					
٨					
٩					
١٠					
١١					
١٢					

عدد الأطفال من سن (١-٥) سنه - ذكور{ }، إناث { }

م	الاسم	العمر	الجنس	محيط منتصف الذراع
١				
٢				
٣				
٤				
٥				
٦				

عدد الأطفال بين (٦-١٤) سنه - ذكور{ }، إناث { }

م	الاسم	العمر	الجنس	درجة تضخم الغدة الدرقية
١				
٢				
٣				
٤				
٦				

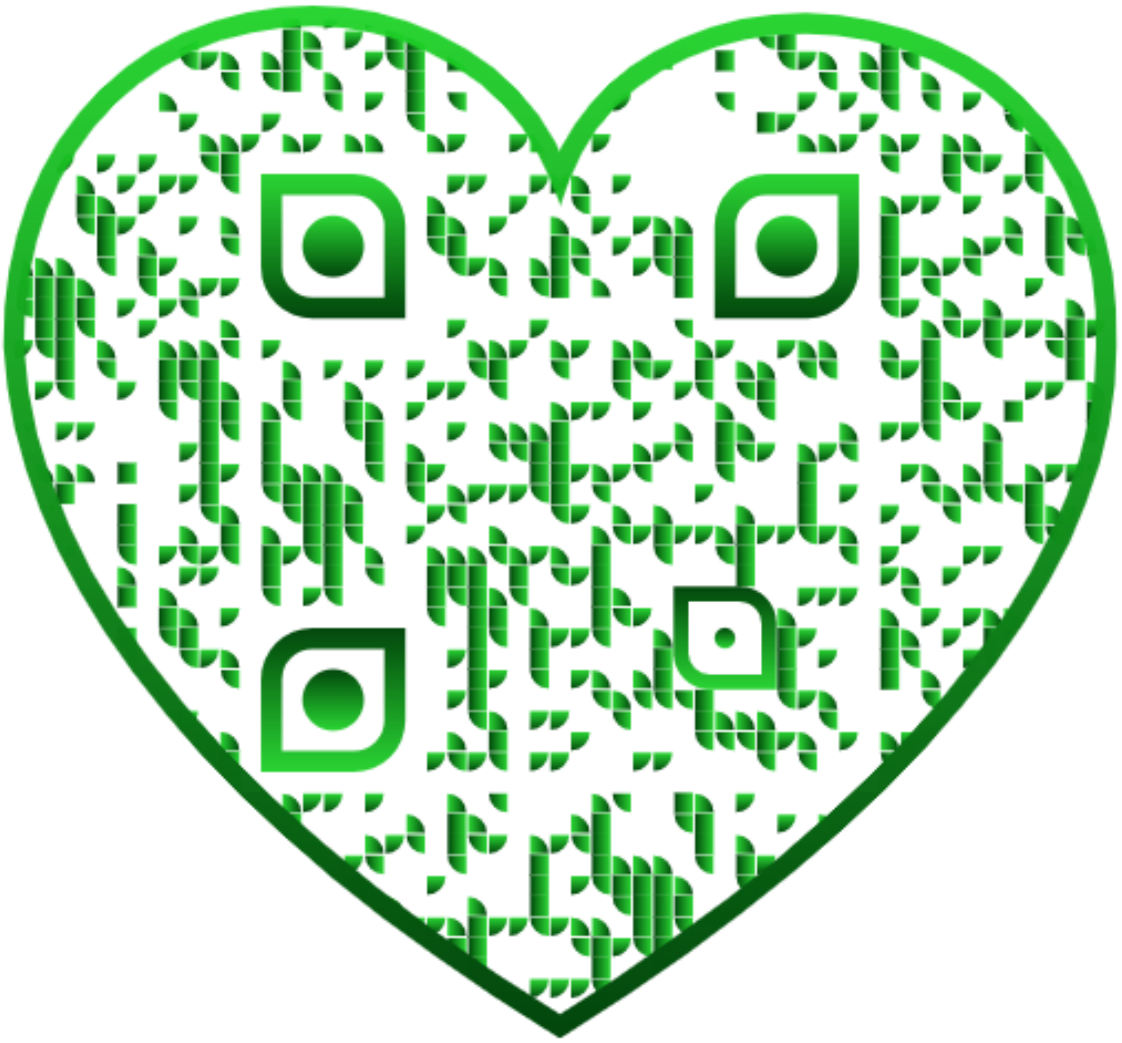
عدد الأطفال دون الستة من العمر - ذكور{ }، إناث { }

م	الاسم	العمر	الجنس	الرضاعة الطبيعية				التطعيم			
				يرضع	لا يرضع	توقف منذ فتره	السبب	نعم	لا	غير كامل	السبب
١											
٢											
٣											
٤											
٥											

الإصابة بالإسهال أو بالتهاب الجهاز التنفسي خلال الأسبوعين الماضيين وذلك عند الأطفال دون الخامسة من العمر

م	الاسم	الإصابة بالإسهال		المعالجة				محلول الإرواء		التهاب الجهاز التنفسي		المعالجة			
		أصيب	لم يصب	المستشفى أو المركز الصحي	عيادة خاصة	المنزل	لم يعالج	استخدم	يستخدم لم	أصيب	لم يصب	المستشفى أو المركز الصحي	عيادة خاصة	المنزل	لم يعالج
١															
٢															
٣															
٤															
٥															

الممسوحه ضوئيا بـ CamScanner



٥٩
١٧٥

بيانات عن المنزل

عدد غرف المعيشة			
عدد الحمامات			
التهوية	نظيفة ☐	غير نظيفة ☐	
التعرض للشمس	جيدة ☐	مقبولة ☐	غير جيدة ☐
مصدر المياه	جيد ☐	مقبول ☐	غير جيد ☐
نوعية المياه	مشروع ☐	بئر خاصة ☐	خزان يتم شراؤه دوريا ☐
تعقيم المياه	نظيفة ☐	غير نظيفة ☐	
طريقة التعقيم	نعم ☐	لا ☐	
خزان المياه	حلة حرارة الشمس ☐	غليان ☐	إضافة الكلور ☐
طرق التخلص من القمامة	يوجد ☐	لا يوجد ☐	سعته:.....
طرق رمي القمامة	بواسطة الأشخاص الكبار ☐	الأولاد الكبار ☐	الأطفال ☐
تصريف صحي	في برميل القمامة ☐	في الشارع ☐	طرق أخرى:.....
الملح المستخدم	مجاري ☐	بيارة ☐	الشارع ☐
الكشف عن اليود	بحري سائب ☐	معامل ☐	صخري سائب ☐
	يوجد ☐	لا يوجد ☐	اسم المنتج:.....

بيانات النساء في سن الإنجاب

ت	الاسم	العمر	التحصين ضد الكزاز		الفحص الذاتي للثدي	
			نعم	لا	نعم	لا

بيانات المتزوجات

ت	الاسم	العمر	عدد الأطفال		في أي عمر توفي الطفل	سبب الوفاة	عدد مرات الإجهاض	عدد مرات الحمل	عوامل الخطر					
			أحياء	أموات					تتابع الحمل	سكري	ضغط	أصغر من ١٨	أكبر من ٣٥	قصيرة

تاريخ اخر ولادة:.....

- مكانها: مستشفى ☐ | منزل ☐ | مركز صحي ☐ | إشراف صحي ☐

المتابعة الصحية بالمركز الصحي أو المستشفى:

منتظم ☐	غير منتظم ☐	لاتتابع ☐	عدد مرات مراجعة المركز خلال اخر حمل ☐
تنظيم الأسرة:	يمارس ☐	لا يمارس ☐	
الوسائل المستخدمة في التنظيم	حبوب ☐	وسائل طبيعية ☐	لولب ☐ أخرى ☐

الممسوحه ضوئيا بـ CamScanner

الممسوحة ضوئيا بـ CamScanner

سرطان الثدي:

هو أكثر السرطانات الذي يصيب النساء ... اذا ما ... هو الأمل بالله مبكرا وتم علاجه بالطرق العلمية المتبعة فإن ... عالية من النساء المصابات بهذا السرطان يمكن شفائهن

عوامل الخطر:

١. النساء بعد سن الخمسين
٢. النساء ذات التاريخ العائلي بسرطان الثدي.
٣. النساء اللاتي يحملن جينات سرطان الثدي الوراثيه.
٤. النساء اللاتي أصبن بهذا السرطان في إحدى الثديين
٥. النساء اللاتي لم ينجبن أطفال.
٦. أبكار الغدة النهديه في سن مبكر أو اختفائها في سن متأخر.
٧. النساء السمينات (القاعدات في المنازل دون حركة ونشاط).
٨. [illegible] الفحص السيئ أو ورم الثدي الحميد
٩. [illegible] الثدي في سن مبكر للإشعاع العلاجي بسبب مرض [illegible]

عوامل تزيد من نسبة حدوث سرطان الثدي:

١. [illegible]
٢. [illegible]
٣. [illegible] بعد سن الثلاثين
٤. [illegible]
٥. [illegible] الدهون الحيوانية في الطعام
٦. [illegible] الثدي.

الوقاية الأولية:

- [illegible] الأغذية قليلة الدسم والإكثار من تناول الفواكه والخضروات
- [illegible] المعادن بانتظام للتخفيف من الوزن
- الإقلاع عن التدخين

أعراض السرطان:

هناك العديد من الأعراض وبعضها قد يكتشفها المرء نفسه بالصدفة من طريق الفحص الذاتي للثدي والبعض الآخر عن طريق [illegible] الثدي الطبي

- تغير في شكل وحجم الثدي.
- وجود ورم أو تشخن غير مؤلم في الثدي.
- وجع في الحلمة أو ألم عند اللمس.
- إفرازات من حلمة الثدي (إفرازات صفراء، خروج دم) مع ضرورة التفريق بينهما أثناء الحمل أو الرضاعة.
- شد الحلمة إلى الداخل أو تشققها أو ظهور قشور على الحلمة.
- تغير في لون بشرة الثدي أو ظهور نتوءات أو نقرات أو تجاعيد أو إثارة).
- احمرار الثدي أو الشعور بأنه دافئ.
- تورم الغدد اللمفاوية في الإبط (تحت الذراعين).

الفحص الذاتي للثدي لاكتشاف أعراض السرطان مبكرا

- يجب فحص الثدي ذاتيا ابتداءً من سن العشرين (مرة كل شهر).
- في الثلاثينات من العمر يجب معاودة الطبيب المختص لفحص الثدي كل ثلاث سنوات بجانب فحص الثدي ذاتيا كل شهر.
- من بداية سن الأربعين يجب فحص ثدييك سنويا من قبل الطبيب المختص بواسطة جهاز المامو غرافي (أشعة الثدي السينية)..

١. الخطوة الأولى:

- ففي أمام المرآة في وضعا مستقيم وتأملي ثدييك جيدا.
- راقبي وجود أي أعراض غير طبيعية:
- تغير في شكل وحجم الثدي.
- وجود ورم أو تشخن غير مؤلم في الثدي.
- وجع في الحلمة أو ألم عند اللمس.
- إفرازات من حلمة الثدي (إفرازات صفراء، خروج دم) مع ضرورة التفريق بينهما أثناء الحمل أو الرضاعة.

- شد الحلمة إلى الداخل أو تشققها أو ظهور قشور على الحلمة.
- تغير في لون بشرة الثدي أو ظهور نتوءات أو نقرات أو تجاعيد أو إثارة).
- احمرار الثدي أو الشعور بأنه دافئ.
- تورم الغدد اللمفاوية في الإبط (تحت الذراعين).

الخطوتان التاليتان ستكونان لفحص شكل وحجم الثدي أن تجري هاتان الخطوتان وعضلات الصدر مشدودة.

٢. الخطوة الثانية:

- ضعي يديك خلف رأسك وشدي يديك باتجاه الخلف
- راقبي وجود أي أعراض غير طبيعية:
- تغير في شكل وحجم الثدي.
- وجود ورم أو تشخن غير مؤلم في الثدي.
- وجع في الحلمة أو ألم عند اللمس.
- إفرازات من حلمة الثدي (إفرازات صفراء، خروج دم) مع ضرورة التفريق بينهما أثناء الحمل أو الرضاعة

- شد الحلمة إلى الداخل أو تشققها أو ظهور قشور على الحلمة.
- تغير في لون بشرة الثدي أو ظهور نتوءات أو نقرات أو تجاعيد أو إثارة).
- احمرار الثدي أو الشعور بأنه دافئ.
- تورم الغدد اللمفاوية في الإبط (تحت الذراعين)

٣. الخطوة الثالثة:

- ضعي يديك على خصرك وحاولي أن تدفعي كتفيك إلى الأمام ثم انظري في المرآة ثانية.
- راقبي وجود أي أعراض غير طبيعية:
- تغير في شكل وحجم الثدي.
- وجود ورم أو تشخن غير مؤلم في الثدي.
- وجع في الحلمة أو ألم عند اللمس.